

Dépistage du cancer colorectal (Colorectal Cancer Screening)

Pourquoi le dépistage du cancer colorectal est-il si important ?

- Le cancer colorectal est la seconde des causes les plus communes de décès aux Etats Unis.
- Il affecte les hommes et les femmes.
- Les premiers stades du cancer colorectal n'ont souvent aucun symptôme.
- Le cancer colorectal est évitable et soignable (plus de 90% de chances de guérison) quand il est détecté tôt avec un test de dépistage annuel pour le sang occulte (caché).

Quel est le test de sang occulte dans les selles (fecal occult blood test - FOBT)?

- Certains polypes et cancers impliquent de très petites quantités de sang qui ne sont pas visibles. Ce test vérifie si des traces de sang "caché" sont présentes dans vos selles.
- Ce test peut être passé chez vous. Avec la trousse que votre médecin vous donnera, vous prélèverez des échantillons de vos selles et les enverrez à un laboratoire. Les instructions présentes dans la trousse vous expliqueront comment passer le test. Vous devrez éviter certains aliments pendant deux jours avant le prélèvement des échantillons.

Que signifie un test de sang occulte dans les selles positif ?

- La plupart des patients avec un FOBT positif n'ont pas le cancer. Le test est utile pour détecter du sang dans les selles, mais il ne peut pas déterminer quelle en est la cause. Il est possible que vous ayez besoin de tests supplémentaires tels qu'une colonoscopie afin de déterminer la cause de votre saignement. Par exemple, en plus du cancer colorectal, des polypes bénins, une inflammation intestinale, des hémorroïdes ou des ulcères peuvent également causer des saignements.

Qui devrait faire un test de sang occulte dans les selles annuellement ?

- Tous les hommes et femmes âgés de 50 ans ou plus.
- Les hommes et femmes de moins de 50 ans ayant une histoire personnelle ou familiale de cancer colorectal, polypes ou autres cancers doivent consulter leur médecin à propos du type de tests de dépistage dont ils ont besoin.
- Toute personne ayant un saignement rectal ou un changement dans ses habitudes intestinales doit consulter son médecin dans les meilleurs délais.

Bien que le cancer du colon affecte de nombreuses personnes dans notre communauté, il est évitable et traitable, particulièrement si il est détecté tôt. En plus de vos pratiques de santé traditionnelles, nous vous encourageons à considérer les choix de style de vie suivants :

- Alimentation : Manger modérément. Manger moins de viande rouge, moins de sel et d'aliments fermentés. Manger des fruits et des légumes tous les jours. Buvez de l'eau régulièrement.
- Prenez une multi-vitamine avec du folate tous les jours.
- Ne pas fumer et limiter la consommation d'alcool.

- Etre actif/ve et maintenir un poids sain. Travailler dans le jardin et/ou marcher sont de bons exercices physiques pour vous.
- Relaxation : Trouver le temps de relaxer votre corps et votre tête, et adopter un hobby pour garder votre tête active.

Ce matériel est utilisé avec la permission de Ethnomed (<http://www.ethnomed.org>).

Sa traduction et son triage ont été rendus possibles grâce au Vermont Department of Health (Département de la santé du Vermont) et le Champlain Valley Area Health Education Center (Centre d'éducation sur la santé de la Vallée de Champlain) avec des fonds du U.S. Department of Health and Human Services (Département américain des services de santé et de l'homme), Office of Refugee Resettlement (Bureau d'intégration des réfugiés).